

**PENGARUH PENYULUHAN *PRE MENSTRUASI SINDROM*  
TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN REMAJA  
DI PONDOK PESANTREN PUTRI AN-NASYAT  
MLANGI, SLEMAN, YOGYAKARTA**

Nanik Masruroh<sup>1</sup>, Nurhayati<sup>2</sup>, Dewi Astiti<sup>3</sup>

**INTISARI**

**Latar Belakang :** Permasalahan remaja yang ada saat ini sangat kompleks dan mengkhawatirkan. Rendahnya tingkat pengetahuan bisa menyebabkan kecemasan remaja putri dalam menghadapi PMS, sedangkan informasi yang didapat sangat minim sekali. Berdasarkan studi pendahuluan, ketika dilakukan wawancara dari 20 santri, yang mengatakan mengalami gejala-gejala PMS 17 orang dan yang tidak mengalami PMS hanya 3 santri. Kemudian dari 10 santri melalui wawancara yang terdiri dari 5 pertanyaan tentang gejala-gejala, penyebab, dan cara penanganan dari (PMS) *Pre Menstruasi Sindrom* didapatkan hasil bahwa 8 dari 10 santri ternyata belum mengetahui tentang PMS, maka dari itu diperlukan penyuluhan untuk meningkatkan tingkat pengetahuan dan untuk mengatasi rasa cemas yang dialami remaja.

**Tujuan :** Mengetahui pengaruh penyuluhan terhadap tingkat pengetahuan remaja Pondok Pesantren putri An-nasyat Mlangi, Sleman tentang *Pre Menstrual Syndrom* (PMS) antara sebelum dan sesudah penyuluhan.

**Metode :** Penelitian ini menggunakan rancangan *quasi-experiment one group pretest-posttest*, sampel penelitian adalah seluruh remaja putri berusia 10-24 tahun yang tinggal di Pondok Pesantren An-Nasyat. Teknik sampel menggunakan *total sampling*, yaitu 35 remaja. Teknik pengolahan data menggunakan univariat untuk melihat persentase dan uji analisisnya menggunakan *Wilcoxon N par test*.

**Hasil :** Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum dilakukan penyuluhan tentang *Pre Menstrual Syndrom*, rata-rata tingkat pengetahuan remaja putri adalah cukup (51.4%), ada yang tingkat pengetahuannya baik (8.6%) dan kurang (40%). Kemudian setelah dilakukan penyuluhan, rata-rata tingkat pengetahuan remaja putri menjadi baik (80%) dan tidak ada yang tingkat pengetahuannya kurang.

**Kesimpulan :** Terdapat pengaruh penyuluhan terhadap tingkat pengetahuan.

**Kata Kunci :** Penyuluhan, *pre menstruasi sindrom*, tingkat pengetahuan.

---

<sup>1</sup>Mahasiswi STIKES Alma Ata Yogyakarta

<sup>2</sup>Dosen DIII Ilmu Kebidanan STIKES Alma Ata Yogyakarta

<sup>3</sup>Dosen S1 Ilmu Gizi STIKES Alma Ata Yogyakarta